|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA BRAĆA RIBAR SISAK, **PŠ ŽABNO** GRAD SISAK  **HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** | | | | | | | |
| **TJEDAN 30.09. ­- 04.10.2024.** | | | | | | | |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | | | | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK**  **UŽINA** | **PUREĆI GULAŠ SA ZELENOM LEĆOM I KUHANIM KRUMPIROM, SALATA KUPUS MIJEŠANI, ČAJNI KOLUTIČI, KRUH RAŽENI**  **PUDING OD VANILIJE S MALINOM** | 84.0  22.1 | 22.3  6.5 | 22.1  5.6 | 620  164 | Celer(S)Celer(T)Laktoza(S)Gluten(S)Jaja(T)SOJA(t)Mlijeko(S)Orašidi(T)Gluten(S)Soja(S)Mlijeko(T)SEZAM(t)Lupina(T)  Laktoza(S)Mlijeko(S)Gluten(T)Jaja(T)Mlijeko(T) |
| **UTORAK** | **RUČAK**  **UŽINA** | **GULAŠ OD JUNETINE SA TJESTENINOM, MRAMORNI KOLAČ SALATA MRKVA I KUPUS**  **POLUBIJELI KRUH SA SIRNIM NAMAZOM, ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (kamilica)** | 81.5  31.4 | 26.3  5.3 | 26.7  3.5 | 673  175 | Gluten(S)Jaja(T)Mlijeko(T)Celer(T)Gluten(T)Laktoza(S)Mlijeko(S)Jaja(S)  Gluten(S)Jaja(T)Soja(T)Mlijeko(T)SEZAM(t)Lupina(T)Laktoza(S)Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK**  **UŽINA** | **PEČENA SVINJETINA S PIRE KRUMPIROM I UMAKOM OD RAJČICE, MLIJEČNI SLADOLED, ZELENA SALATA**  **KUKURUZNA CHIA KIFLICA, ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM(voćni)** | 75.9  37.7 | 27.7  4.5 | 25.2  6.0 | 627  216 | Laktoza(S)Mlijeko(S)Gluten(S)Jaja(T)Mlijeko(T)Gluten(T)Gluten(T)Kikiriki(T)Orašidi(T)  Gluten(S) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK**  **UŽINA** | **VARIVO OD GRAŠKA S NJOKIMA, SAVIJAČA S VIŠNJAMA, ŠKOLSKI KRUH**  **GRIZ S ČOKOLADOM** | 10.9  36.7 | 15.9  67.4 | 17.5  4.3 | 663  215 | Celer(T)Gluten(T)Gluten(S)Jaja(T)Soja(T)Mlijeko(T)Celer(S)Sezam(T)Sezam(S)Lupina(T)Soja(S)  Gluten(S)Soja(S)Mlijeko(T)Orašidi(T)Laktoza(S)Mlijeko(S) |
| **PETAK** | **RUČAK**  **UŽINA** | **JEČAM S TUNOM I POVRĆEM (NA RIŽOTO), KREM JUHA OD CVJETAČE, KUPUS SALATA, BISKVIT OD ROGAČA I LI MUNA PRELIVEN ČOKOLADOM**  **BANANA, KEFIR** | 81.7  25.0 | 25.1  8.1 | 20.4  7.2 | 613  194 | Celer(T)Gluten(T)Riba(S)Gluten(S)Gorušica(T)Kikiriki(T)Soja(T)Mlijeko(T)Orašidi(T)Sezam(T)Laktoza(T)Mlijeko(S)Jaja(T)Celer(T)Mlijeko(T)Gluten(T)Soja(S)Jaja(S)  Laktoza(S)Mlijeko(S) |